

# Estilos de vida dos estudantes no ensino superior - consumo de tabaco



**MÁRCIA CRUZ;** ESEP - Escola Superior de Enfermagem do Porto, Professora Adjunta,  
✉ [marciacruz@esenf.pt](mailto:marciacruz@esenf.pt)

**MARIA DO CÉU BARBIERI FIGUEIREDO;** ESEP - Escola Superior de Enfermagem do Porto, Professor Coordenador;  
✉ [ceu@esenf.pt](mailto:ceu@esenf.pt)

**LUÍS CARVALHO;** ESEP - Escola Superior de Enfermagem do Porto; Professor Coordenador;  
✉ [luiscarvalho@esenf.pt](mailto:luiscarvalho@esenf.pt)

**I. Introdução e objetivos:** No âmbito do Peer-education Engagement and Evaluation Research pretende-se desenvolver referenciais de boas práticas em promoção da saúde e educação pelos pares, envolvendo estudantes do ensino superior, recorrendo à pesquisa-ação participativa em saúde. Neste sentido procurou-se identificar as necessidades de intervenção e orientação para a mudança nos comportamentos de saúde e estilo de vida dos estudantes de uma escola de enfermagem no norte do país.

**Metodologia:** No primeiro semestre do curso de Licenciatura em Enfermagem, 603 estudantes, preencheram voluntariamente o questionário "Estilo de Vida FANTÁSTICO" que foi enviado via internet. Este questionário tem sido utilizado como ferramenta de avaliação por vários programas de saúde de diversos países. Os resultados serão discutidos com um grupo de estudantes (grupo semente) procurando estratégias de promoção da saúde recorrendo à educação por pares.

**Resultados e Discussão:** Os respondentes eram dos quatro anos da licenciatura (18,7% do 1º ano, 11,2% do 2º ano, 39,7% do 3º ano e

30,5% 4º ano) sendo 88,4% do sexo feminino. Os estudantes que referem fumar este ano são 19,2%, e destes 8,8% frequentam o terceiro ano e 6,6% o quarto ano. Dos fumantes, 12,1% fumam 1 a 10 cigarros por dia, dos quais 6,5% e 4,1% frequentam o terceiro e quarto ano, respetivamente. De referir ainda que 18% do género feminino e 28,6% do género masculino fumam este ano.

**Co. conclusões:** Em 2017, em Portugal, morreu uma pessoa a cada 50 minutos por doenças atribuíveis ao tabaco. O relatório da DGS de 2015, aponta para um maior número de consumidores entre as mulheres e a percentagem dos jovens portugueses entre os 15 e os 24 anos que fumam, aumentou mais de 30%. Na instituição em análise, a frequência do ensino superior e início dos ensinos clínicos (3º ano da licenciatura) parecem propiciar o consumo de tabaco. Sendo o contexto universitário, por si só, facilitador da experimentação, início e abuso de consumos, torna-se urgente desenvolver ações por educação por pares que previnam o consumo de tabaco e promovam estilos de vida saudáveis.

## **PALAVRAS-CHAVE:**

**Estilos de vida; Ensino Superior; Tabaco; Enfermagem**